

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA BABEȘ-BOLYAI
1.2 Facultatea	FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
1.3 Departamentul	DEPARTAMENTUL DE JOCURI SPORTIVE
1.4 Domeniul de studii	ȘTIINȚA SPORTULUI ȘI EDUCAȚIEI FIZICE
1.5 Ciclul de studii	MASTERAT
1.6 Programul de studiu	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘCOLARĂ ȘI ACTIVITĂȚI EXTRACURRICULARE (la Reșița)

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	METODICA PREDĂRII GIMNASTICII ÎN ÎNVĂȚĂMÂNTUL LICEAL						
2.2 Titularul activităților de curs	Lect. univ. dr. Ghițescu Roxana-Emanuela						
2.3 Titularul activităților de seminar/laborator	Lect. univ. dr. Ghițescu Roxana-Emanuela						
2.4 Anul de studiu	I	2.5 Semestrul	1	2.6. Forma de evaluare	E	2.7 Regimul disciplinei	Ob

3. Timpul total estimat (ore pe semestru al activităților didactice)

3.1 Număr de ore pe săptămână	4	Din care: 3.2 curs	2	3.3 seminar/laborator	2
3.4 Total ore din planul de învățământ	56	Din care: 3.5 curs	28	3.6 seminar/laborator	28
Distribuția fondului de timp:					ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					55
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					26
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					24
Tutoriat					12
Examinări					2
Alte activități					
3.7 Total ore studiu individual					119
3.9 Total ore pe semestru					175
3.10 Numărul de credite					7

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum	<ul style="list-style-type: none"> • Gimnastica de bază • Gimnastica artistică • Metodica predării gimnasticii în școală
4.2 de competențe	

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1 De desfășurare a cursului	<ul style="list-style-type: none"> • Sală de curs dotată cu aparatură de video proiecție • Prezentarea la curs la ora stabilită în orar • Elaborarea unor referate tematice
-------------------------------	--

	<ul style="list-style-type: none"> • Comportament academic • Prezență în procent de minim 30%
5.2 De desfășurare a seminarului/laboratorului	<ul style="list-style-type: none"> • Sală de gimnastică dotată cu aparate și materiale specifice gimnasticii • Prezentarea la lucrările practice la ora stabilită în orar • Echipament adecvat • Prezență în procent de minim 30%

6. Competențele specifice acumulate

Competențe profesionale	<p>Competențe profesionale</p> <ul style="list-style-type: none"> • Utilizarea cunoștințelor științifice fundamentale, a conceptelor, teoriilor și a procedeelelor metodice de bază din domeniul Științei sportului și educației fizice în activitatea profesională • Conceperea, proiectarea și conducerea lecțiilor de educație fizică în cadrul structurilor instituționale: grădinițe, școli primare, școli generale, licee, universități și școli speciale • Proiectarea și conducerea activităților sportive extrașcolare și a competițiilor sportive
Competențe transversale	<p>Competențe transversale</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cooperarea eficientă în echipe de lucru profesionale interdisciplinare, specifice desfășurării programelor și/sau proiectelor de cercetare în domeniul Științei sportului și educației fizice • Aplicarea principiilor și a normelor de deontologie profesională, fundamentate pe opțiuni valorice explicite, specifice domeniului Științei sportului și educației fizice

7. Obiectivele disciplinei (reieșind din grila competențelor acumulate)

7.1 Obiectivul general al disciplinei	<ul style="list-style-type: none"> - Absolventul este capabil să utilizeze concepte, principii și abordări specifice învățământului secundar - Absolventul cunoaște strategia de predare și conducere a exercițiilor acrobatică și a săriturilor cu sprijin cuprinse în programele școlare - Absolventul dispune de cunoștințele de bază din domeniul educației fizice și sportului, având capacitatea de a concepe, proiecta și conduce lecții de educație fizică în structuri de învățământ la oricare nivel - Absolventul dispune atât de cunoștințe de bază cât și de capacitatea de a proiecta și conduce activități sportive extrașcolare și competiții
7.2 Obiectivele specifice	<ul style="list-style-type: none"> - Absolventul cunoaște strategia de predare și conducere a exercițiilor pentru capacitatea de organizare - Absolventul cunoaște strategia de predare și conducere a traseelor utilitar aplicative - Absolventul cunoaște metodologia de predare a elementelor acrobatică statice și dinamice cuprinse în programele școlare - Absolventul cunoaște metodologia de predare a săriturilor cu sprijin cuprinse în programele școlare - Absolventul este capabil să elaboreze un proiect de cercetare științifică, pe baza principalelor paradigme și teorii specifice educației fizice și sportului

	<p>însușite, incluzând argumentarea metodelor, a tehnicilor, a procedeelelor și a instrumentelor aplicate și poate lucra într-o echipă interdisciplinară pentru realizarea proiectului</p> <p>- Absolventul are capacitatea de a îmbina informațiile însușite în mod diferit, în vederea formării unei atitudini pozitive necesare propriei dezvoltări</p>
--	--

8. Conținuturi

8.1 Curs	Metode de predare	Observații
1. Programa școlară, conținutul referitor la gimnastica de bază și sărituri specifice realizabile la nivelul ciclului liceal	Curs interactiv	2 ore
2. Programa școlară, conținutul referitor la disciplinele alternative realizabile la nivelul ciclului liceal	Curs interactiv	2 ore
3. Metodica elaborării complexelor de dezvoltare fizică armonioasă fără obiecte portative și în perechi	Curs interactiv	4 ore
4. Metodica elaborării complexelor de dezvoltare fizică armonioasă cu obiecte portative și la, pe, cu aparate	Curs interactiv	4 ore
5. Metodica predării elementelor acrobatice statice și dinamice	Curs interactiv	4 ore
6. Metodica predării săriturilor cu sprijin	Curs interactiv	4 ore
7. Modalități de realizare a programelor opționale folosind ramurile gimnasticii	Curs interactiv	2 ore
8. Metodica predării exercițiilor aplicative – parcursuri aplicative	Curs interactiv	2 ore
9. Jocuri gimnastice – Piramide	Curs interactiv	2 ore
10. Organizarea concursurilor de gimnastică	Curs interactiv	2 ore
	total	28 ore
Bibliografie <ol style="list-style-type: none"> 1. Fekete, J. (1991). <i>Gimnastica de bază, acrobatică și sărituri</i>. Editura Librăriile Crihan, Oradea 2. Ghișescu, R. E., (2021). <i>Metodica predării gimnasticii în învățământul liceal - Note de curs</i>, Reșița 3. Grigore, V. (2003). <i>Gimnastica. Manual pentru cursul de bază</i>. Editura Bren, București 4. Grigore, V. (2001). <i>Gimnastica artistică – Bazele teoretice ale antrenamentului sportiv</i>. Editura Semne, București 5. Grigore, V., Manos, M. (2001). <i>Activități artistice sportive (gimnastică ritmică, majorete, sport aerobic)</i>. Editura Discobolul, București 6. Hidi, J. (1999). <i>Gimnastica de bază. Gimnastica în ramurile sportive</i>. ANEFS, București 7. Rusu, I.C., Pașcan, I., Grosu E.F., Cucu, B. (1998). <i>Gimnastica</i>. Editura G.M.I., Cluj-Napoca 		
8.2 Seminar / LP	Metode de predare	Observații
1. Cunoașterea colectivului de elevi. Prezentarea cerințelor disciplinei de studiu	Prezentare	2 ore
2. Conceperea unor complexe pentru dezvoltare fizică armonioasă în 64 de timpi pentru ciclul liceal	Explicație - demonstrație; exersare practică	4 ore
3. Proiectarea unităților de învățare pentru elementele acrobatice	Explicație - demonstrație; exersare practică	4 ore
4. Proiectarea unităților de învățare pentru săriturile cu sprijin	Explicație - demonstrație; exersare practică	2 ore
5. Elaborarea unor sisteme de acționare pentru elementele acrobatice statice și dinamice și modalități concrete de acordare a ajutorului	Explicație - demonstrație; exersare practică	2 ore



6. Elaborarea unor sisteme de acționare pentru însușirea săriturilor specifice	Explicație - demonstrație; exersare practică	4 ore
7. Elaborarea unor parcursuri aplicativ-utilitare pentru educarea aptitudinilor motrice combinate	Explicație - demonstrație; exersare practică	4 ore
8. Conceperea unui ansamblu cu cel puțin trei schimbări de formații	Explicație - demonstrație; exersare practică	2 ore
9. Construirea unor piramide cu 3,5,7 participanți	Explicație - demonstrație; exersare practică	2 ore
10. Evaluare practică	Demonstrație	2 ore
total		28 ore
Bibliografie		
<ol style="list-style-type: none"> 1. Fekete, J. (1991). <i>Gimnastica de bază, acrobatică și sărituri</i>. Editura Librăriile Crihan, Oradea 2. Grigore, V. (2003). <i>Gimnastica. Manual pentru cursul de bază</i>. Editura Bren, București 3. Grigore, V. (2001). <i>Gimnastica artistică – Bazele teoretice ale antrenamentului sportiv</i>. Editura Semne, București 4. Grigore, V., Manos, M. (2001). <i>Activități artistice sportive (gimnastică ritmică, majorete, sport aerobic)</i>. Editura Discobolul, București 5. Hidi, J. (1999). <i>Gimnastica de bază. Gimnastica în ramurile sportive</i>. ANEFS, București 6. Rusu, I.C., Pașcan, I., Grosu E.F., Cucu, B. (1998). <i>Gimnastica</i>. Editura G.M.I., Cluj-Napoca 		

9. Coroborarea conținuturilor disciplinei cu așteptările reprezentanților comunității epistemice, asociațiilor profesionale și angajatori reprezentativi din domeniul aferent programului

Conținutul disciplinei este coroborat cu așteptările reprezentanților comunității, a asociațiilor profesionale și angajatorilor (Inspectoratul Școlar Județean, Cluburi Sportive Școlare, Licee și Școli generale) respectând cerințele programei școlare din învățământul preuniversitar.

10. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs	Explicarea noțiunilor teoretice referitoare la metodele de predare utilizate pentru învățarea gimnasticii în școală, conform particularităților nivelului de studiu, prevăzut de programa școlară	Examen scris	70%
10.5 Seminar/LP	Realizarea și executarea unor mijloace de acționare pentru învățarea/consolidarea unor elemente sau procedee tehnice	Evaluare practică	30%
	Elaborarea, tehnoredactarea și prezentarea referatelor tematice		
10.6 Standard minim de performanță			
<ul style="list-style-type: none"> • Răspunsuri de nota 5 la examenul teoretic 			

<p>Data completării:</p> <p>18.06.2024</p>	<p>Semnătura titularului de curs</p> <p>Lect. univ. dr. Ghițescu Roxana-Emanuela</p> 	<p>Semnătura titularului de seminar</p> <p>Lect. univ. dr. Ghițescu Roxana-Emanuela</p> 
<p>Data avizării:</p>	<p>Responsabil program</p> <p>Conf. univ. dr. Ionică Cărăbaș</p>	<p>Director departament</p> <p>Conf. univ. dr. Marius Alin Baci</p>